

## The Effect of Instruction of Islamic life Skills on Self-regulation Learning Strategies, Identity Styles and Development of Moral Sense in Students

Reza Norouzi-Kouhdasht<sup>1</sup> , Mohammad Jafar Mahdian<sup>1</sup> , Ali Babaei<sup>2</sup> , Kobra Raoufi<sup>3</sup> ,  
 Zeinab Rajabzadeh<sup>4</sup> , Marzieh Karamkhani<sup>5\*</sup> 

1- Department of Educational Administration, Faculty of Humanities, Islamic Azad University of Borujerd, Borujerd, Iran.

2- Department of Educational Sciences, Farhangian University, Fatemeh Zahra Ahwaz Campus, Ahwaz, Iran.

3- Department of Psychology, Faculty of Humanities, Islamic Azad University, Behbahan Branch, Behbahan, Iran.

4- Department of Psychology, Behbahan Faculty of Medical Sciences, Behbahan, Iran.

5- School of Medical Education Sciences, Center for the Study of Religion and Health, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, Iran.

\*Correspondence should be addressed to Ms. Marzieh Karamkhani; Email: [karamkhani@sbmu.ac.ir](mailto:karamkhani@sbmu.ac.ir)

### Article Info

Received: Jul 27, 2018

Received in revised form:

Aug 23, 2018

Accepted: Sep 24, 2020

Available Online: Mar 20, 2020

### Keywords:

Instruction of Islamic life skills

Self-regulation learning strategies

Develop of moral sense

Identity styles



 <https://doi.org/10.22037/jrrh.v6i1.18153>

### Abstract

**Background and Objective:** Islamic life skills are the abilities that develop by emphasizing religious instructions and continuous practice, prepare adolescents for encountering life problems and increase their social and mental abilities and skills. Accordingly, the need for interventions at the education level to prevent social harms is more highly felt. The present study examined the effect of instruction of Islamic life skills on self-regulation learning strategies, identity styles and development of moral sense in students.

**Methods:** This was an interventional study involving a clinical trial in which a quasi-experimental pretest-posttest design was used. The statistical population included all the high school students in male-only schools in the first grade in region 22 of Tehran, who were selected using multi-stage cluster sampling and out of which Shahid Motahhari School was randomly selected. Forty students were selected from this school using accessible sampling, who were assigned to experimental (n=20) and control (n=20) groups. The former received eight weekly sessions of intervention in the form of instruction of Islamic life skills. The data collection instruments included Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ), Identity Styles Questionnaire (6G-ISI) and Defining Issues Test (DIT). The collected data was analyzed using covariance analysis. In this study, all the ethical considerations were observed and the authors reported to conflicts of interest.

**Results:** Based on the findings, instruction of Islamic life skills caused improved scores in self-regulation learning strategies (metacognitive=0.27 and cognitive=0.59). It also led to changes in normative identity (0.43) and commitment (0.76). Instruction of life skills accounted for 37% of the variance in students' development of moral sense.

**Conclusion:** Instruction of Islamic life skills enables students to develop an independent identity as a pious adolescent committed to religious values, develop their ability to define issues, improve their self-regulation learning strategies and change their knowledge, values and opinions into real abilities.

Please cite this article as: Norouzi-Kouhdasht R, Mahdian MJ, Babaei A, Raoufi K, Rajabzadeh Z, Karamkhani M. The Effect of Instruction of Islamic life Skills on Self-regulation Learning Strategies, Identity Styles and Development of Moral Sense in Students. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2020;6(1):116-130. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v6i1.18153>

### Summary

#### Background and Objective

Along with the developments and growing challenges, fundamental changes have occurred in the nature of

social life leading to social chaos and harms and threatening social health. In this respect, one of the vulnerable groups in the society is the students because the most important period of human life is the adolescence, which is simultaneous with education in high school (1). This period is followed by the most

complicated time of mental evolution and is considered as a screening and determining period of orientation. Instructing life skills and style, which is considered as an intervening factor, can be based on the fact that adolescents have the right to become capable. The present study tries to examine the effect of teaching Islamic life skills and style on self-regulation learning strategies, identity style and development of moral sense in students.

## Methods

**Compliance with ethical guidelines:** After determining the experimental and control groups and obtaining their consent, all the participants were briefed about the purpose of the educational sessions, how to attend, and the number and time of the sessions. The issues related to confidentiality of their personal information were also explained. Finally, the research findings were presented to them in the form of a report.

This was an interventional study and involved a clinical trial in which a quasi-experimental pretest-posttest design was used. The statistical population of the study included all the high school students in male-only schools in the first grade in region 22 of Tehran, out of which Shahid Motahhari School was randomly selected using multi-stage cluster sampling. All the students studying in this school in 2017 were examined and based on the inclusion and exclusion criteria, 40 students were finally selected by accessible sampling method. They were, then, assigned to two groups of experimental ( $n=20$ ) and control ( $n=20$ ). Subsequently, both groups completed Pintrich and DeGroot's Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ), Berzonsky's Identity Styles Questionnaire (6G-ISI) and Rest's Defining Issues Test (DIT).

## Results

The results were indicative of normal distribution of all the research variables. Furthermore, the variance error of the experimental and control groups in the dependent variables was not significantly different at 0.05 level of significance and the homogeneity assumption of the variance of the groups was accepted ( $P>0.05$ ). Besides, the significant difference between the experimental and control groups in the components of self-regulation learning strategies was confirmed and the P-value for the variables was smaller compared to the  $P=0.012$  value obtained by Benferoni correction (dividing the  $P=0.05$  value by four components of self-regulation learning strategies). The effect of the experimental group "practical significance" was 0.59 on cognitive strategies. The P-value for all the subscales was smaller compared to the  $P=0.012$  obtained by Benferoni correction (dividing the  $P=0.05$  value by four components of identity styles) and the level of effect of the experimental group "practical significance" was 0.76 on commitment and 0.43 on normative identity. The findings further showed that by eliminating the effect of the pretest variable and considering the calculated F value, a significant difference was observed between the adjusted mean scores related to moral sense development of the

participants according to group membership, i.e. control or experimental, on the posttest ( $P=0.05$ ). Therefore, it can be stated that instruction on Islamic life skills and styles had a higher effect on development of students' moral sense the students compared to the control group and the value for this effect (practical significance) was found to be 0.37.

## Conclusion

The results showed that instructing Islamic life skills can improve self-regulation learning strategies, change identity styles, and increase development of moral sense in students. It had the largest effect on cognitive strategies, metacognitive strategies, motivational beliefs and resources management, respectively. This finding is consistent with the findings of Khalilian and Aflakifard (2) and Hartati and Gusaptono (3). On the other hand, instruction of Islamic life skills had the largest effect on commitment, normative, avoidant and informational identities, respectively, and can lead to changes in attitudes and beliefs, which can promote students' social adaptability and acceptance. Additionally, improved normative identity style can better guide students in dealing with different issues and decision makings, others' orders and expectations and reference groups. These instructions have a significant and positive effect on development of moral sense in students. Ebrahimi Saani et al. also consider instruction of life skills as effective in promoting youths' self-esteem and moral sense (4). In addition, the students who get a better self-knowledge by self-regulation skill become aware of the positive and negative aspects of their personality and take the responsibility for their individual development and become aware of the importance and formation of their identity. Among the limitations of the study was the lack of long-term testing, which shows only the short-term effect of the interventions. Examining the long-term effects requires several months of investigation to determine whether the effects of instruction on the research variables will last.

## Acknowledgements

The researchers would like to extend their sincere thanks to all those who assisted in this research, including the honorable students and officials of Shahid Motahhari High School.

## Ethical considerations

The Ethics Committee in Biomedical Research of Shahid Beheshti University of Medical Sciences has confirmed this research

## Funding

According to the authors, this research did not receive any specific grant from any funding agencies in the public, commercial, or non-for-profit sectors.

## Conflict of interest

The authors declared no conflict of interest.

## Authors' contributions

Introduction, Problem Statement, and Article Writing: First Author; Writing Research Methodology and Participation in Statistical Analysis: Second Author; And Writing Discussion, Conclusion, and Participation in Statistical Analysis: Third, Fourth, Fifth and Sixth Authors.

## References

1. Farhadi Z, Roshanaei G, Bashirian S, Rezapur-Shahkolai F. The effect of an educational program on school injury prevention in junior high school students of Famenin based on the health belief model. *J Educ Community Health*. 2014;1(3):1-11. (Full Text in Persian)
2. Khalilian Z, Aflakifard H. The effect of life skills training on efficacy and increasing happiness female students second period. *International Journal of Education and Management Studies*. 2017;7(1):23. (Full Text in Persian)
3. Hartati MAS, Gusaptono H. The role of life skills training on self-efficacy, self-esteem, life interest, and role behavior for unemployed youth. *Global Journal of Management and Business Research*. 2010;10(1):132-9. (Full Text in Persian)
4. Ebrahimi Saani E, Ebrahimi Saani N, Ebrahimi Saani N. The effects of life skills training on students' self-esteem and public health. *Applied Research Bureau of the police force of northern khorasan*. 2014;1(4):7-20. (Full Text in Persian)

## دراسة حول تأثير تعلم آداب و مهارات الحياة الاسلامية على استراتيجيات التنظيم الذاتي للتعلم، أنماط الهوية و النمو الاخلاقي عند التلاميذ

رضا نوروزي كوهدهشت<sup>١</sup>، محمدجعفر مهديان<sup>٢</sup>، علي باباي<sup>٣</sup>، كبرى رئوفي<sup>٣</sup>، زينب رجبزاده<sup>٤</sup>، مرضية كرمخاني<sup>٥</sup>

١- قسم الإدارة التربوية، كلية العلوم الإنسانية، جامعة آزاد الإسلامية، فرع بروجرد، بروجرد، إيران.

٢- قسم العلوم التربوية، جامعة فرهنگيان، پردیس فاطمة الزهراء، الأهواز، إيران.

٣- قسم علم النفس، كلية العلوم الإنسانية، جامعة آزاد الإسلامية، فرع بمبهان، بمبهان، إيران.

٤- قسم علم النفس، كلية بمبهان للعلوم الطبية، بمبهان، إيران.

٥- كلية التعليم الطبي، مركز الدراسات الدينية والصحية، جامعة شهيد بحمئي للعلوم الطبية، طهران، إيران.

\* المراسلات الموجهة إلى السيدة مرضية كرمخاني؛ البريد الإلكتروني: [karamkhani@sbmu.ac.ir](mailto:karamkhani@sbmu.ac.ir)

### الملخص

**خلفية البحث وأهدافه:** ان مهارات الحياة الاسلامية هي الطاقات التي تنمو مع التأكيد على التعاليم الدينية والمثابرة المستمرة عليها وتجهز الشباب لمواجهة قضايا الحياة و زيادة قدراتهم و مهاراتهم النفسية-الاجتماعية. لهذا السبب نشعر بضرورة بعض التدخلات أكثر من قبل لكي نتمكن من الحد من الأضرار الاجتماعية على مستوى التعليم والتربية. إن الهدف من الدراسة هذه هو مناقشة تأثير تعلم آداب ومهارات الحياة الاسلامية على إستراتيجيات التنظيم الذاتي للتعلم، أنماط الهوية والنمو الاخلاقي عند التلاميذ.

**منهجية البحث:** هذه الدراسة هي من نوع الاختبار السريزي. لقد شمل المجتمع الاحصائي للدراسة، التلاميذ الصبيان في المرحلة الثانوية الاولى في المنطقة رقم ٢٢ بمدينة طهران وحيث تم إختيارهم بأسلوب أخذ عينات عنقودية متعددة المراحل؛ بنحو تم فيه إختيار عدد من الثانويات من بين المدارس الثانوية في المنطقة ٢٢ ومن بين هؤلاء تم اختيار ثانوية الشهيد مطهری لمجتمع هذه الدراسة و تم وضع ٤٠ شخصا من تلامذتها بأسلوب أخذ العينات المتاحة وبشكل عشوائي في مجموعتي اختبار (٢٠ شخص) ومراقبة (٢٠ شخص). الأشخاص الخاضعون للاختبار في مجموعة الاختبار تلقوا في ثمانية جلسات أسبوعية تداخل تعليم مهارات الحياة الاسلامية. وكانت أدوات تجميع المعلومات هي الاستمارات الاستراتيجية في التنظيم الذاتي للتعلم (MSLQ)، أنماط الهوية (ISI) واصدار الاحكام الاخلاقية (DIT) وتمت مناقشة المعلومات بأسلوب تحليل التباين. تمت مراعاة جميع الموارد الأخلاقية في هذا البحث وإضافة إلى ذلك فإن مؤلفي البحث لم يشيروا الى اي تضارب في المصالح.

**الكشوفات:** استنادا الى النتائج الحاصلة، ان تعلم مهارات الحياة الاسلامية أدى الى التغيير في العلامات الاستراتيجية في التنظيم الذاتي للتعلم (ما وراء المعرفة = ٠/٢٧ و المعرفة = ٠/٥٩) وأدى هذا التعلم الى حدوث تغييرات في متغيرات الهوية السلوكية (٠/٤٣) والالتزام (٠/٧٦) وكذلك أظهرت نتائج هذه الدراسة أن ٣٧% من مجموع التباين او الفروقات الفردية في النمو الاخلاقي للتلاميذ، كانت مرتبطة بتعلم آداب ومهارات الحياة الاسلامية.

**الاستنتاج:** تعلم مهارات الحياة الاسلامية سوف يجعل التلاميذ قادرين على الوصول الى هوية مستقلة عن أنفسهم كشباب متدين ذي تمسك بالقيم الدينية، نمو إصدار الحكم الاخلاقي وتحسين استراتيجيات التنظيم الذاتي للتعلم وهذا الأمر يساعدهم على أن يتحول علمهم، قيمهم ووجهات نظرهم الى طاقات وقدرات حقيقية.

يتم استناد المقالة على الترتيب التالي:

Norouzi-Kouhdasht R, Mahdian MJ, Babaei A, Raoufi K, Rajabzadeh Z, Karamkhani M. The Effect of Instruction of Islamic life Skills on Self-regulation Learning Strategies, Identity Styles and Development of Moral Sense in Students. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2020;6(1):116-130. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v6i1.18153>

## بررسی تأثیر آموزش آداب و مهارت‌های زندگی اسلامی بر راهبردهای یادگیری خودتنظیمی، سبک‌های هویتی و رشد اخلاقی دانش‌آموزان

رضا نوروزی کوهدهشت<sup>۱</sup>، محمدجعفر مهدیان<sup>۱</sup>، علی بابایی<sup>۲</sup>، کبری رئوفی<sup>۳</sup>، زینب رجب‌زاده<sup>۴</sup>، مرضیه کرمخانی<sup>۵\*</sup>

- ۱- گروه مدیریت آموزشی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بروجرد، بروجرد، ایران.
- ۲- گروه علوم تربیتی، دانشگاه فرهنگیان، پردیس فاطمه زهرا (س) اهواز، اهواز، ایران.
- ۳- گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بهبهان، بهبهان، ایران.
- ۴- گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم پزشکی بهبهان، بهبهان، ایران.
- ۵- دانشکده آموزش پزشکی، مرکز مطالعات دین و سلامت، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران.

\*مکاتبات خطاب به خانم مرضیه کرمخانی؛ رایانامه: [karamkhani@sbmu.ac.ir](mailto:karamkhani@sbmu.ac.ir)

### اطلاعات مقاله

دریافت: ۵ مرداد ۱۳۹۷  
 دریافت متن نهایی: ۱ شهریور ۱۳۹۷  
 پذیرش: ۲ مهر ۱۳۹۷  
 نشر الکترونیکی: ۱ فروردین ۱۳۹۹

### چکیده

**سابقه و هدف:** مهارت‌های زندگی اسلامی توانایی‌هایی هستند که با تأکید بر آموزه‌های دینی و تمرین مداوم پرورش می‌یابند و نوجوانان را برای روبه‌رو شدن با مسائل زندگی و افزایش توانایی‌ها و مهارت‌های روانی-اجتماعی آماده می‌کنند. از این رو، لزوم مداخلاتی که بتواند در سطح آموزش و پرورش از آسیب‌های اجتماعی پیشگیری کند، بیشتر از قبل احساس می‌شود. هدف پژوهش حاضر بررسی تأثیر آموزش آداب و مهارت‌های زندگی اسلامی بر راهبردهای یادگیری خودتنظیمی، سبک‌های هویتی و رشد اخلاقی دانش‌آموزان بود.

**روش کار:** این پژوهش از نوع کارآزمایی بالینی بود. جامعه مورد مطالعه دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه اول منطقه ۲۲ شهر تهران بودند که به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند؛ بدین صورت که از بین مدارس منطقه ۲۲، چند دبیرستان انتخاب شدند و از بین آنها دبیرستان شهید مطهری جامعه پژوهش قرار گرفت و ۴۰ نفر از دانش‌آموزان آن به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به شیوه تصادفی در دو گروه آزمایش (۲۰ نفر) و کنترل (۲۰ نفر) قرار گرفتند. آزمودنی‌های گروه آزمایش در هشت جلسه هفتگی، مداخله آموزش مهارت‌های زندگی اسلامی دریافت کردند. ابزار گردآوری داده‌ها پرسش‌نامه‌های راهبردهای یادگیری خودتنظیمی (MSLQ)، سبک‌های هویتی (ISI) و قضاوت اخلاقی (DIT) بود و داده‌ها به روش تحلیل کوواریانس بررسی شد. در این پژوهش همه موارد اخلاقی رعایت شده است و مؤلفان مقاله تضاد منافی گزارش نکرده‌اند.

**یافته‌ها:** بر اساس نتایج به دست آمده، آموزش مهارت‌های زندگی اسلامی موجب تغییر در نمرات راهبردهای یادگیری خودتنظیمی (فراشناختی = ۰/۲۷ و شناختی = ۰/۵۹) شده و این آموزش تغییراتی در متغیرهای هویت هنجاری (۰/۴۳) و تعهد (۰/۷۶) به وجود آورده است. همچنین نتایج این مطالعه نشان داد ۳۷ درصد کل واریانس یا تفاوت‌های فردی در رشد اخلاقی دانش‌آموزان مربوط به آموزش آداب و مهارت‌های زندگی اسلامی بوده است.

**نتیجه‌گیری:** آموزش مهارت‌های زندگی اسلامی دانش‌آموزان را قادر می‌سازد که به هویت مستقلی از خود به عنوان یک نوجوان متدین با پایندی به ارزش‌های دینی، رشد قضاوت اخلاقی و بهبود راهبردهای یادگیری خودتنظیمی دست یابند و به آنان کمک می‌کند که دانش، ارزش‌ها و دیدگاه‌های خود را به توانایی‌های واقعی تبدیل کنند.

استناد مقاله به این صورت است:

Norouzi-Kouhdasht R, Mahdian MJ, Babaei A, Raoufi K, Rajabzadeh Z, Karamkhani M. The Effect of Instruction of Islamic life Skills on Self-regulation Learning Strategies, Identity Styles and Development of Moral Sense in Students. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2020;6(1): 116-130. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v6i1.18153>

## مقدمه

هم‌زمان با تحولات و چالش‌های روزافزون، تغییرات عمده و زیربنایی در ذات زندگی اجتماعی بشر به وجود آمده که موجب بروز ناهنجاری و آسیب‌های اجتماعی شده است و سلامت جامعه را تهدید می‌کند. در این میان، یکی از قشرهای آسیب‌پذیر جامعه، دانش‌آموزان هستند؛ چون مهم‌ترین دوران زندگی، دوران نوجوانی است که هم‌زمان با دوران تحصیل در مقطع دبیرستان است (۱). این مقطع از یک سو با پیچیده‌ترین مقطع تحول روانی انسان همراه است و از سوی دیگر، مقطعی غربال‌کننده، تعیین‌کننده و جهت‌دهنده قلمداد می‌شود. در واقع مدارس نهادی اجتماعی و نمایانگر فرهنگ جامعه، جهان‌بینی، آداب و رسوم، مهارت‌ها و انتقال علوم هستند (۲). در این زمینه، آموزش آداب و مهارت‌های زندگی که عاملی مداخله‌گر محسوب می‌شود می‌تواند بر این اصل استوار باشد که نوجوانان حق دارند توانمند شوند و نیازمند آنند که بتوانند از خود و علاقه‌هایشان در موقعیت‌های سخت زندگی دفاع کنند. این نوع برنامه‌ها در پیشگیری از مخاطرات سلامت نگاهی کلی دارند و به آموزش محدود به یک مهارت بسنده نمی‌کنند.

بر اساس تعریف سازمان بهداشت جهانی، مهارت‌های زندگی توانایی‌های روانی-اجتماعی برای رفتار انطباقی و مؤثر است که افراد را قادر می‌سازد تا به‌طور مؤثری با مقتضیات و چالش‌های زندگی روزمره مقابله کنند و از اختلالاتی که به نقص عملکرد در مدرسه، افت تحصیلی، اخراج و بروز رفتارهای بزهکارانه منجر می‌شود، جلوگیری می‌نماید (۳).

در کشور ما با پیروزی انقلاب اسلامی، تربیت دینی در نظام آموزش و پرورش، جایگاهی خاص یافته و دین و ارزش‌های الهی و اخلاقی از اولویت برخوردار شده است. از این‌رو، آموزش آداب و مهارت‌های زندگی با رویکرد اسلامی از جایگاه ارزشمندی برخوردار است. چون جامعه ما جامعه‌ای بنیان‌گرفته بر ارزش‌های اسلامی و اثربخش از آموزه‌های قرآنی و تعالیم اهل بیت (ع) است که برای تمام مشکلات راهکارهای گوناگونی ارائه داده‌اند و بر خلاف تصور موجود، دین آموزه‌های فراوانی در حوزه مهارت‌های زندگی دارد؛ آموزه‌هایی که یا دیده نشده‌اند و یا به‌درستی فهم نشده‌اند. در این زمینه دانشگر و همکاران اذعان نموده‌اند که با وجود اهمیت آموزش‌های دینی و صرف هزینه‌های سنگین در این زمینه، عناصر مختلف آموزشی و واقعیت‌های آشکار جامعه ما، از

ضعف و ناکارآمدی نظام آموزش و پرورش رسمی کشور در تربیت دینی دانش‌آموزان حکایت دارد. بنابراین، دانش‌آموزان باید با کسب مهارت‌های لازم بتوانند جایگاه خود را در شرایط کنونی، بیابند (۴). چون امروزه منبع و سرچشمه ارزش‌های هر جامعه‌ای، دین و اعتقادات مذهبی آن جامعه و داشتن باورهای مذهبی و پیروی از آن به‌عنوان نیاز انسان است؛ بر این اساس، یکی از مهارت‌هایی که باید به دانش‌آموزان یاد داده شود، راهبردهای یادگیری خودتنظیمی است. منظور از خودتنظیمی این است که دانش‌آموزان تمایل دارند مهارت‌هایی برای طراحی، کنترل و هدایت فرایند یادگیری خود در جامعه اسلامی یاد بگیرند و کل فرایند یادگیری را ارزیابی کنند و به آن بیندیشند. همان‌طور که پینتریچ و دیگران<sup>۱</sup>، خودتنظیمی را بهترین پیش‌بینی‌کننده عملکرد تحصیلی (۵)؛ و احمدیان و همکاران آن را آموزش‌دانی و تأثیرگذار می‌دانند (۶). از سویی دیگر، مهارت‌های خودتنظیمی در هویت دانش‌آموزان ریشه دارد. هویت ساختار روانی-اجتماعی است که در سنین نوجوانی شکل می‌گیرد. از ویژگی‌های اصلی هویت، انتخاب ارزش‌ها، باورها و هدف‌های زندگی است. رشد هویت از دیدگاه برزونسکی<sup>۲</sup>، شامل تعامل بین فرایند جذب اصول، کنترل ساختار هویت و انطباق در یک بافت اجتماعی است و سه سبک هویت اطلاعاتی، هنجاری و اجتنابی را مشخص کرده است. سبک هویت اطلاعاتی معرف کسانی است که به‌طور فعال از طریق جستجو و ارزیابی اطلاعات مربوط به خود احساس هویت را ایجاد می‌کنند (۷). این اشخاص به گونه‌ای فعال درباره خودپنداره‌های خود، نگرشی انتقادی دارند و وقتی با اطلاعات متفاوت مواجه می‌شوند به آزمون تجدید نظر و انطباق ساختار هویت خود و شرایط جدید تمایل دارند (۹). سبک هویت هنجاری از طریق نبود تلاش‌های اکتشافی مشخص می‌شود و فرد بدون بررسی دقیق و موشکافانه انتخاب‌های دیگر، اهداف، ارزش‌ها و تعهدات هویتی افراد مهم را می‌پذیرد. سبک هویت سردرگم-اجتنابی مانند سبک هنجاری از طریق نبود تلاش‌های اکتشافی مشخص می‌شود. با این تفاوت که افراد دارای سبک سردرگم-اجتنابی، معیارهای هویتی که افراد مهم آن را توصیف کرده‌اند، نمی‌پذیرند. آنها از اکتشاف درباره هویت اجتناب می‌کنند و ترجیح می‌دهند مطالبات موقعیتی و نیازهای کوتاه‌مدت فوری، تصمیم‌های هویتی آنها را راهبردی

<sup>۱</sup>) Pintrich & DeGroot

<sup>۲</sup>) Berzonsky

اجتماعی است و همچنین در مطالعات دربارهٔ آموزه‌های اسلامی، قرآن و متون مختلف دینی، بر اهمیت مهارت و یادگیری توجه ویژه‌ای شده و اصول و قواعد مختلفی هم برای آن در نظر گرفته شده است؛ بنابراین، مداخلاتی که بتواند به توانمندسازی نوجوانان و جوانان در موقعیت‌های اجتماعی، روابط بین فردی، اتخاذ هویت‌های مناسب و کارآمد و رشد اخلاقی آنان کمک کند، اهمیت و ضرورت دارد.

با توجه به آنچه مطرح شد، هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش آداب و مهارت‌های زندگی اسلامی بر راهبردهای یادگیری خودتنظیمی، سبک‌های هویتی و رشد اخلاقی دانش‌آموزان بود.

### روش کار

**پیروی از اصول اخلاق پژوهش:** پس از تعیین گروه آزمایش و کنترل و کسب رضایت از آنان؛ اطلاعاتی دربارهٔ اهداف جلسات آموزشی، نحوهٔ حضور دانش‌آموزان در جلسات و تعداد و زمان جلسات به تمامی شرکت‌کنندگان داده شد. همچنین مسائل مربوط به رازداری و حفظ اطلاعات شخصی نیز توضیح داده شد و به تمامی شرکت‌کنندگان اطمینان داده شد که از ذکر نام افراد خودداری می‌شود. در نهایت، نتیجهٔ پژوهش به صورت گزارش به آنان ارائه شد.

روش پژوهش حاضر مداخله‌ای و از نوع کارآزمایی بالینی بود که در آن از طرح شبه‌آزمایشی پیش‌آزمون-پس‌آزمون استفاده شد. جامعهٔ آماری پژوهش کلیهٔ دانش‌آموزان دبیرستان‌های پسرانهٔ متوسطهٔ اول منطقهٔ ۲۲ شهر تهران بودند که به‌صورت نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند؛ بدین ترتیب که ابتدا تمامی دبیرستان‌های منطقهٔ ۲۲ شهر تهران به‌عنوان طبقه در نظر گرفته شد. سپس دبیرستان شهید مطهری به‌صورت تصادفی به‌عنوان خوشه انتخاب شد و تمامی دانش‌آموزانی که در سال ۱۳۹۶ در این مدرسه مشغول به تحصیل بودند، بررسی شدند. در روش آزمایشی برای اینکه نمونهٔ انتخاب شده نمایندهٔ واقعی جامعه باشد و پژوهش اعتبار بیرونی بالایی داشته باشد، بر اساس معیارهای ورود و خروج در مطالعه، ۴۰ دانش‌آموز به روش نمونه‌گیری دردسترس انتخاب؛ و به شیوهٔ تصادفی در دو گروه آزمایش (۲۰ نفر) و کنترل (۲۰ نفر)، گمارده شدند. بدین صورت که ابتدا تمامی دانش‌آموزان از نظر اختلالات یادگیری، سلامت جسمانی و روانی ارزیابی شدند. سپس، گروه‌های آزمایش و کنترل بر

کند. اگرچه افراد سردرگم-اجتنابی تا حدی اکتشاف می‌کنند اما چنین تلاش‌هایی اتفاقی است (۱۰، ۱۱). برزونسکی در کنار این سبک‌ها، روی عامل اساسی «تعهد» یا ساختار هویت نیز تأکید می‌کند. وی معتقد است که تعهد نقش مهمی در تمایز سبک‌های پردازش هویت ایفا می‌کند و برای افراد، احساس هدفمندی به همراه دارد و به مثابهٔ چارچوب مرجع عمل می‌کند که در محدودهٔ آنها رفتار، کنترل و ارزیابی می‌شود (۱۲). عامل مهم دیگری که دانش‌آموزان نیازمند فراگیری آن هستند، رشد اخلاقی است. از دیدگاه اسلام رشد و قضاوت اخلاقی معنای ارزشی و اخلاقی عمیق و گسترده‌ای دارد و هدف اسلام رشد و تربیت اخلاقی است و می‌خواهد انسان را به جایگاه اخلاقی و ارزشی خود برساند؛ چنانکه پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: «من برای تمام و کامل کردن مکارم اخلاق به پیغمبری مبعوث شدم» (۱۳، ۱۴).

در جهت پیشینهٔ پژوهش‌های انجام‌گرفته، یوسفی افراکتی و صمدی در پژوهش خود اذعان نموده‌اند که آموزش آداب و مهارت‌های اسلامی موجب رشد توانایی مهارت حل مسئلهٔ دانش‌آموزان می‌شود (۱۵). اوحدی و همکاران نیز در مطالعهٔ خود عواملی همچون بازنگری در تعریف ارائه‌شده از آداب و مهارت‌های زندگی، مبانی نظری حاکم بر اصول برنامه، رویکرد حاکم بر برنامه، توجه به تفاوت‌های جنسیتی در برنامه و همچنین رعایت نقشهٔ مفهومی مناسب برای سطوح ابتدایی تا متوسطه، توجه ویژه به صلاحیت‌های حرفه‌ای معلمان و الزامات اجرایی برنامه‌ها را بااهمیت دانسته‌اند (۱۶). نتایج پژوهش‌های ایران‌نژاد و اوتینو اوکچ و رال<sup>۱</sup> نشان می‌دهد که آموزش مهارت‌های زندگی موجب بهبود سلامت روانی دانش‌آموزان می‌شود و در شکل‌گیری هویت آنان اثرگذار است و معلمان و دانش‌آموزان اثر این مداخله را پذیرفته‌اند (۱۷). از طرفی، در تحقیقاتی مشترک، دانشگاه‌های سیدنی استرالیا و ایزای آلمان<sup>۲</sup> مشخص نموده‌اند که هیچ‌گونه ثباتی در ماندگار بودن اثر مداخله‌گر آموزش مهارت‌های زندگی در بین دانش‌آموزان وجود ندارد و ممکن است بر اثر مداخلات دیگر دستخوش تغییرات شود و پیشنهاد داده‌اند که بهتر است این آموزش‌ها در برنامهٔ درسی مقاطع مختلف آنها گنجانده شود (۱۹).

با امعان نظر به مطالب ارائه شده، از آنجاکه آموزش و پرورش یکی از مهم‌ترین ارکان پیشگیری از آسیب‌های

<sup>۱</sup>) Otieno Okech & Role

<sup>۲</sup>) University of Sydney, Australia & Iza, Germany

اساس مداخله‌گرهایی مثل سن، پایه تحصیلی، عقاید مذهبی و خانواده یکسان‌سازی شدند. پس از انجام این مراحل، هر دو گروه آزمایش و کنترل پرسش‌نامه‌های ذیل را تکمیل نمودند (پیش‌آزمون).

۱) پرسش‌نامه راهبردهای یادگیری خودتنظیمی<sup>۱</sup>: پینتریچ و دی‌گروت<sup>۲</sup> این پرسش‌نامه را که دارای ۴۷ عبارت و دو بخش باورهای انگیزشی و راهبردهای یادگیری خودتنظیمی (شناختی و فراشناختی) است، طراحی کرده‌اند. خرده‌مقیاس راهبردهای یادگیری خودتنظیمی شامل ۲۲ عبارت است و سه وجه از خودتنظیمی تحصیلی (راهبردهای شناختی، راهبردهای فراشناختی و مدیریت منابع) را می‌سنجد و بر اساس مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت (۱ تا ۵)، نمره‌گذاری می‌شود. پینتریچ و دی‌گروت برای تعیین پایایی و روایی پرسش‌نامه باورهای انگیزشی سه عامل خودکارآمدی، ارزش‌گذاری درونی و اضطراب امتحان را به ترتیب ۰/۸۷، ۰/۷۵ و ۰/۷۵؛ و دو عامل مقیاس راهبردهای یادگیری خودتنظیمی یعنی راهبردهای شناختی و فراشناختی را به ترتیب ۰/۸۳ و ۰/۷۴ گزارش کرده‌اند (۵). در پژوهش دانا و همکاران برای بررسی پایایی از طریق آزمون آلفای کرونباخ به ترتیب برای خرده‌مقیاس‌های خودکارآمدی، ارزش‌گذاری درونی و اضطراب امتحان، استفاده از راهبردهای شناختی و فراشناختی ۰/۸۵، ۰/۸۶، ۰/۷۷، ۰/۸۴ و ۰/۷۸ به دست آمده است (۲۰). مطالعات مختلف از پایایی بالای این پرسش‌نامه حکایت می‌کند.

۲) پرسش‌نامه سبک‌های هویتی<sup>۳</sup>: برزونسکی این پرسش‌نامه را به منظور جهت‌گیری هویت افراد در سال ۱۹۸۹ طراحی و در سال ۱۹۹۲ در آن تجدید نظر کرده است. این آزمون ابزاری خودگزارشی و دارای ۴۰ عبارت است که از چهار زیرمقیاس جهت‌گیری اطلاعاتی، جهت‌گیری هنجاری، جهت‌گیری اجتنابی و تعهد تشکیل شده است (۷). نمره‌گذاری پرسش‌نامه بر اساس یک مقیاس پنج درجه‌ای از ۱= کاملاً مخالف تا ۵= کاملاً موافق است. روایی آن از طریق ارزیابی همبستگی با مقیاس وضعیت هویت بنیون و آدامز<sup>۴</sup> تأیید شده است (۲۱). نتایج نشان می‌دهد که هویت کسب‌شده با زیرمقیاس جهت‌گیری اطلاعاتی و تعهد و هویت تأخیری با زیرمقیاس‌های تعهد، جهت‌گیری هنجاری، جهت‌گیری

اطلاعاتی و جهت‌گیری سردرگم/اجتنابی، همبستگی دارد. غضنفری ضریب پایایی آن را ۰/۷۳ (۲۲) و قاسمپور و همکاران ۰/۸۲ به دست آورده‌اند (۲۲). ضریب پایایی حاصل از آزمون آلفای کرونباخ به دست آمده برای هر یک از زیرمقیاس‌ها عبارت است از: تعهد= ۰/۷۵، جهت‌گیری هنجاری= ۰/۷۲، جهت‌گیری سردرگم/اجتنابی= ۰/۸۲ و جهت‌گیری اطلاعاتی= ۰/۷۶.

۳) آزمون رشد قضاوت اخلاقی<sup>۵</sup>: رست<sup>۶</sup> و گروه مینه سوتا این آزمون را که برای ارزیابی مراحل رشد اخلاقی آزمودنی‌ها از آن استفاده می‌شود، در سال ۱۹۷۲ تدوین کرده‌اند (۲۳). آزمون دارای دو فرم کوتاه و بلند است که در پژوهش حاضر از فرم کوتاه آن استفاده شده است. این آزمون شامل سه داستان فرضی است و به دنبال هر داستان ۱۲ سؤال با طیف لیکرت مطرح می‌شود که آزمون‌شونده باید آنها را از کم‌اهمیت‌تر تا بااهمیت‌تر، درجه‌بندی کند. همبستگی دو فرم کوتاه و بلند آزمون رشد قضاوت اخلاقی ۰/۹۰ است. در مطالعات متعدد برای برآورد پایایی این آزمون از روش بازآزمایی<sup>۷</sup> استفاده شده است. دیویسون و رابینز<sup>۸</sup> روی چهار نمونه آزمون رشد قضاوت اخلاقی را بازآزمایی کرده‌اند که ضریب پایایی از ۰/۷۱ تا ۰/۸۲ در نوسان بوده است (۲۴). رست و همکاران ضریب آلفای کرونباخ آزمون مذکور را در طول یک دوره ۲۰ ساله (۱۹۷۹ تا ۱۹۹۹)، بین ۰/۷۶ تا ۰/۸۰ به دست آورده‌اند. در پژوهش ارجمند و همکاران این ضریب ۰/۸۲؛ و در پژوهش حاضر پایایی این آزمون با استفاده از روش بازآزمایی بین ۰/۸۱-۰/۸۵ محاسبه شده است (۲۵).

معیارهای ورود به مطالعه عبارت بود از: (۱) دانش‌آموزان پسر؛ (۲) داشتن سن بین ۱۵ تا ۱۹؛ (۳) تحصیلات متوسطه (پایه اول، دوم و سوم دبیرستان)؛ (۴) شرکت نکردن در گروه‌های آموزشی طی شش ماه گذشته؛ و (۵) رضایت کامل برای شرکت در پژوهش بر اساس فرم گواهی شرکت در پژوهش.

برای گروه آزمایش هشت جلسه تشکیل شد. به این صورت که هر هفته یک جلسه (دو ساعت)، محتوای آموزش مهارت زندگی اسلامی برای این گروه اجرا می‌شد. این محتوا با الگوبررسی از پیشینه پژوهش‌های انجام‌شده (۲، ۳، ۱۷، ۲۵)؛ و برگرفته از آیات قرآنی، متون اسلامی و احادیث بود. داده‌ها نیز

<sup>۵</sup> Defining Issues Test (DIT)

<sup>۶</sup> Rest

<sup>۷</sup> Retest

<sup>۸</sup> Davison & Robbins

<sup>۱</sup> Motivated Strategies For Learning Questionnaire (MSLQ)

<sup>۲</sup> Pintrich & DeGroot

<sup>۳</sup> Identity Styles Questionnaire (6G-ISI)

<sup>۴</sup> Bennion & Adams



اصلاح رفتار، استناد به آیات قرآن کریم و احادیث درباره حل مشکلات و مواجهه صحیح با رویدادها، تقویت صبر و بردباری و توکل به پروردگار، آموزش باورهای توحیدی در زندگی و بحث گروهی.

**جلسه هشتم:** همدلی کردن، راهبردهای همدلی با دیگران، حس نوع‌دوستی با دیگران، آیات و احادیث قرآن درباره همدلی، کار روی بازسازی شناختی نیایش و تقویت ارتباط مستمر با خالق هستی، هدف خلقت و رابطه خدا با بندگانش؛ و تعبیر و تفسیر رویدادهای مختلف زندگی بر مبنای تقدیر و مشیت الهی.

### یافته‌ها

اطلاعات توصیفی متغیرهای پژوهش به تفکیک پیش‌آزمون و پس‌آزمون در گروه آزمایش و کنترل در جدول شماره ۱ ارائه شده است. همان‌طور که ملاحظه می‌شود، در زیرمقیاس‌های راهبردهای یادگیری خودتنظیمی، سبک‌های هویتی و رشد اخلاقی، میانگین گروه آزمایش در مرحله پس‌آزمون، نسبت به پیش‌آزمون افزایش داشت. بر اساس نتایج مندرج در جدول می‌توان گفت آموزش آداب و مهارت‌های زندگی اسلامی موجب افزایش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی، سبک‌های هویتی و افزایش رشد اخلاقی در دانش‌آموزان شده است. پیش از بررسی معناداری متغیرهای پژوهش، ابتدا مفروضات روش تحلیل کوواریانس «استقلال مشاهدات، طبیعی بودن توزیع متغیرها و همگنی واریانس‌ها» در گروه‌های مختلف بررسی شد. نتایج نشان داد تمامی متغیرهای پژوهش دارای توزیع طبیعی بود. همچنین خطای واریانس دو گروه آزمایش و کنترل در متغیرهای وابسته در مقدار  $0/05$  با یکدیگر تفاوت معنی‌داری نداشتند، بنابراین پیش‌فرض همگنی واریانس گروه‌ها پذیرفته شد ( $P > 0/05$ ).

نتایج جدول شماره ۲ نشان می‌دهد که وجود تفاوت معنادار در مؤلفه‌های راهبردهای یادگیری خودتنظیمی دانش‌آموزان گروه‌های آزمایش و کنترل تأیید می‌شود و مقدار  $P$  حاصل شده برای متغیرها در مقایسه با مقدار  $P = 0/012$  به دست آمده از اصلاح بنفرونی (تقسیم مقدار  $P = 0/05$  بر چهار مؤلفه راهبردهای یادگیری خودتنظیمی) کوچک‌تر بود. علاوه بر این، میزان تأثیر گروه آزمایش «معنادار بودن عملی» برای متغیر راهبردهای شناختی  $0/59$  بود، یعنی برای مثال ۵۹ درصد کل واریانس یا تفاوت‌های فردی در راهبردهای شناختی دانش‌آموزان گروه آزمایش مربوط به اثر مداخله بود.

با استفاده از روش تحلیل کوواریانس<sup>۱</sup> بررسی شد. **پیش‌نویس محتوای جلسات آموزش مهارت‌های زندگی اسلامی:**

**جلسه اول:** آشنایی با اصول و مقررات و اهداف، معارفه، برقراری ارتباط اولیه جلسات، مفهوم ارتباط، اهمیت ارتباط، تأکید بر آیات قرآن و احادیث معصومان (ع) درباره ارتباط مؤثر، عناصر کلامی و غیرکلامی ارتباط، گوش دادن فعال، سؤال کردن و اهداف آن، سؤال باز و بسته، بازخورد دادن، موانع ارتباط مؤثر و سبک‌های سالم و ناسالم ارتباط.

**جلسه دوم:** مفاهیم روابط بین فردی مؤثر، خودشناسی، دیگرشناسی، عناصر رابطه دوستانه، اعتماد، همدلی و پذیرش، خلاصه‌سازی، پیام من و پیام تو، سبک‌های حل اختلاف، قواعد حل اختلاف، آموزش فنون رفتار جرئت‌مندانه، مفاهیم خودشناسی از نظر اسلام و آموزش سبک زندگی اسلامی.

**جلسه سوم:** مفهوم خودآگاهی، فواید خودآگاهی، مفهوم عزت نفس و تاب‌آوری، مهارت‌های خودارزیابی، شناسایی نقاط قوت و ضعف خود، مهارت‌های ایجاد خودانگاره و تصویر تن مثبت، احساس ارزشمندی، هویت و هویت‌یابی، آموزش هویت اسلامی و مفهوم عزت نفس از منظر قرآن و روایات.

**جلسه چهارم:** مفهوم حل مسئله، انواع مقابله‌های مسئله‌مدار و هیجان‌مدار، مقابله‌های هیجان‌مدار سازگارانه و ناسازگارانه، تعریف و فرمول‌بندی مسئله، تولید و خلق راه‌حل‌های متعدد، بررسی معایب و محاسن هر راه‌حل، به‌کارگیری راه‌حل و ارزیابی و بازنگری آن و نحوه مقابله با مشکلات و اتخاذ راه‌حل‌های مناسب از منظر قرآن و احادیث.

**جلسه پنجم:** مفهوم استرس، تعریف و فرایند مقابله، راهبردهای مقابله با استرس، آرام‌سازی، مدیریت زمان، ورزش، حل مسئله، رفتار جرئت‌مندانه، مقابله با افکار غیرمنطقی، مدیریت مالی، چگونگی بالا بردن توان عمومی استرس، آماده‌سازی خود برای مقابله با استرس؛ و استناد به آیات قرآنی و احادیث معصومان (ع) برای مقابله با بحران‌ها و استرس.

**جلسه ششم:** انواع تفکر، تفکر انتقادی، خلاق، موازی، تأکید بر آموزه‌های وحیانی اسلام به مهارت‌های تفکر خلاق برای تحقق تفکر مثبت، یادگیری فعال با جستجوی اطلاعات جدید، ابراز خود در میان جامعه، تشخیص حق انتخاب‌های دیگر برای تصمیم‌گیری و تشخیص راه‌حل‌های جدید برای مشکلات.

**جلسه هفتم:** مهارت مقابله با اضطراب، راهبردهای مدیریت و

<sup>۱</sup> Analyze of Covariance

میانگین‌های تعدیل‌شده نمرات رشد اخلاقی شرکت‌کنندگان بر حسب عضویت گروهی «آزمایش و کنترل» در مرحله پس‌آزمون تفاوت معناداری مشاهده شد ( $P=0/05$ ). بنابراین، می‌توان گفت آموزش آداب و مهارت‌های زندگی اسلامی در شرکت‌کنندگان گروه آزمایش به نسبت گروه کنترل تأثیر بیشتری بر رشد اخلاقی دانش‌آموزان داشت و میزان این تأثیر (معنادار بودن عملی)  $0/37$  بود؛ یعنی  $37$  درصد کل واریانس یا تفاوت‌های فردی در رشد اخلاقی دانش‌آموزان مربوط به آموزش آداب و مهارت‌های زندگی اسلامی بود.

همان‌گونه که نتایج جدول شماره ۳ نشان می‌دهد، مقدار  $P$  به‌دست‌آمده برای همه زیرمقیاس‌ها در مقایسه با مقدار  $P=0/012$  به‌دست‌آمده از اصلاح بنفرونی (تقسیم مقدار  $P=0/05$  بر چهار مؤلفه سبک‌های هویتی) کوچک‌تر؛ و میزان تأثیر گروه آزمایش «معنادار بودن عملی» برای تعهد  $0/76$  و برای هویت هنجاری  $0/43$  بود؛ یعنی برای مثال  $76$  درصد هویت تعهدانه و  $43$  درصد هویت هنجاری کل واریانس یا تفاوت‌های فردی در دانش‌آموزان گروه آزمایش مربوط به اثر مداخله بود.

نتایج جدول شماره ۴ نشان می‌دهد که با حذف تأثیر متغیر پیش‌آزمون و با توجه به ضریب  $F$  محاسبه شده، بین

جدول (۱) اطلاعات توصیفی نمرات زیرمقیاس‌ها به تفکیک مرحله سنجش در گروه‌ها

متغیر	گروه	تعداد	انحراف معیار $\pm$ میانگین	
باورهای انگیزشی	آزمایش	پیش‌آزمون	۲۰	$43/60 \pm 6/01$
	آزمایش	پس‌آزمون	۲۰	$48/40 \pm 6/99$
	کنترل	پیش‌آزمون	۲۰	$44/01 \pm 6/74$
	کنترل	پس‌آزمون	۲۰	$43/40 \pm 7/00$
راهبردهای شناختی	آزمایش	پیش‌آزمون	۲۰	$25/60 \pm 6/99$
	آزمایش	پس‌آزمون	۲۰	$29/20 \pm 7/17$
	کنترل	پیش‌آزمون	۲۰	$25/21 \pm 7/04$
	کنترل	پس‌آزمون	۲۰	$24/02 \pm 6/03$
راهبردهای فراشناختی	آزمایش	پیش‌آزمون	۲۰	$24/20 \pm 5/82$
	آزمایش	پس‌آزمون	۲۰	$28/45 \pm 4/78$
	کنترل	پیش‌آزمون	۲۰	$24/10 \pm 4/78$
	کنترل	پس‌آزمون	۲۰	$23/80 \pm 4/50$
مدیریت منابع	آزمایش	پیش‌آزمون	۲۰	$24/20 \pm 5/74$
	آزمایش	پس‌آزمون	۲۰	$33/25 \pm 6/29$
	کنترل	پیش‌آزمون	۲۰	$26/20 \pm 5/24$
	کنترل	پس‌آزمون	۲۰	$26/30 \pm 5/41$
هویت اطلاعاتی	آزمایش	پیش‌آزمون	۲۰	$54/01 \pm 8/41$
	آزمایش	پس‌آزمون	۲۰	$59/40 \pm 9/45$
	کنترل	پیش‌آزمون	۲۰	$51/30 \pm 7/96$
	کنترل	پس‌آزمون	۲۰	$51/02 \pm 7/85$
هویت هنجاری	آزمایش	پیش‌آزمون	۲۰	$58/80 \pm 8/45$
	آزمایش	پس‌آزمون	۲۰	$69/90 \pm 9/37$
	کنترل	پیش‌آزمون	۲۰	$58/80 \pm 9/32$
	کنترل	پس‌آزمون	۲۰	$56/10 \pm 8/56$
هویت اجتنابی	آزمایش	پیش‌آزمون	۲۰	$46/10 \pm 5/79$
	آزمایش	پس‌آزمون	۲۰	$41/20 \pm 6/52$
	کنترل	پیش‌آزمون	۲۰	$46/70 \pm 5/80$
	کنترل	پس‌آزمون	۲۰	$47/15 \pm 5/69$

متغیر	گروه	تعداد	انحراف معیار±میانگین
تعهد	آزمایش	پیش‌آزمون	۳۱/۵۰±۵/۱۹
		پس‌آزمون	۴۷/۵۰±۵/۰۹
	کنترل	پیش‌آزمون	۳۲/۵۸±۴/۹۶
		پس‌آزمون	۳۲/۹۴±۴/۹۹
رشد اخلاقی	آزمایش	پیش‌آزمون	۵۵/۰۳±۷/۸۵
		پس‌آزمون	۶۸/۰۵±۸/۰۶
	کنترل	پیش‌آزمون	۵۶/۲۵±۷/۴۵
		پس‌آزمون	۵۵/۹۰±۸/۹۶

جدول ۲) تحلیل کوواریانس چندمتغیره برای متغیر راهبردهای یادگیری خودتنظیمی

شاخص آماری متغیرها	منبع تغییر	SS	df	F	P-value	اندازه اثر	توان آزمون
باورهای انگیزشی	گروه	۱۷۷/۲۸	۱	۵/۷۷	۰/۰۰۳	۰/۱۵	۰/۹۹
مدیریت منابع	گروه	۳۰۲/۵۸	۱	۵/۱۸	۰/۰۰۴	۰/۱۳	۰/۹۹
راهبردهای فراشناختی	گروه	۲۷۴/۳۶	۱	۱۲/۳۴	۰/۰۰۱	۰/۲۷	۰/۹۹
راهبردهای شناختی	گروه	۶۴۷/۵۰	۱	۴۹/۰۱	۰/۰۰۱	۰/۵۹	۰/۹۹

جدول ۳) تحلیل کوواریانس چندمتغیره برای متغیر سبک‌های هویتی

شاخص آماری متغیرها	منبع تغییر	SS	df	F	P-value	اندازه اثر	توان آزمون
هویت هنجاری	گروه	۵۴۱/۶۰	۱	۲۶/۴۷	۰/۰۰۱	۰/۴۳	۰/۹۹
هویت اطلاعاتی	گروه	۱۰۷۳/۹۵	۱	۵/۸۴	۰/۰۰۴	۰/۱۴	۰/۸۷
تعهد	گروه	۲۴۱۳/۷۶	۱	۱۸۶/۳۶	۰/۰۰۱	۰/۷۶	۰/۹۹
هویت اجتنابی	گروه	۴۷۴/۷۴	۱	۶/۶۶	۰/۰۰۲	۰/۱۶	۰/۹۸

جدول ۴) آزمون تحلیل کوواریانس برای متغیر رشد اخلاقی

شاخص آماری متغیرها	SS	df	F	P-value	اندازه اثر	توان آزمون
پیش‌آزمون	۷۶۰/۱۱	۱	۹/۸۱	۰/۰۰۳	۰/۲۱	۰/۹۶
گروه	۱۶۵۵/۳۰	۱	۲۱/۳۸	۰/۰۰۱	۰/۳۷	۰/۹۹
خطا	۲۸۶۴/۶۴	۳۷				
کل	۵۱۰۰/۹۷	۳۹				

می‌دهد که آموزش مهارت‌های زندگی، راهبردهای شناختی و انگیزشی دانش‌آموزان را تقویت می‌کند. میردیریکوند و همکاران نیز اذعان نموده‌اند که این آموزش‌ها می‌تواند روش مداخله‌ای مناسبی برای ارتقای سرمایه شناختی و سازگاری و مدیریت منابع در نوجوانان باشد (۲۷). همچنین، نتایج پژوهش دانلیلا<sup>۱</sup> نشان داده که مهارت‌های خودتنظیمی تأثیر بسیار قوی بر رشد انگیزشی دانش‌آموزان دارد (۲۸). علیزاده موسوی نیز اذعان نموده که باید متغیرهای رشد اخلاقی دانش‌آموزان مثل سن، سطح سواد والدین و معدل در میزان رشد اخلاقی آنان در نظر گرفته شود (۲۹).

## بحث و نتیجه‌گیری

نتایج حاصل از این پژوهش نشان می‌دهد که آموزش مهارت‌های زندگی اسلامی می‌تواند موجب بهبود راهبردهای یادگیری خودتنظیمی، تغییر در سبک‌های هویتی و افزایش رشد اخلاقی دانش‌آموزان شود. همچنین، در نتایج یادگیری خودتنظیمی مشخص شد که آموزش مهارت‌های زندگی اسلامی به ترتیب بیشترین تأثیر را در راهبردهای شناختی و فراشناختی، باورهای انگیزشی و مدیریت منابع داشت. این نتایج با مطالعات مختلفی همسو است. نتایج پژوهش‌های خلیلیان و افلاکی فرد (۲)؛ و هارتاتی و گوساپتونو (۲۶) نشان

<sup>۱</sup> Daniela

مجله پژوهش در دین و سلامت

رشد اخلاقی دانش‌آموزان می‌شود که با نتیجه پژوهش خلیلیان و افلاکی فرد همسو است (۲). این در حالی است که آموزه‌های وحیانی اسلام نیز بر این مسئله تأکید دارد که انسان نسبت به تأثیرات اجتماعی و فرهنگی بر ارزش‌ها، نگرش‌ها و رفتار ادراک داشته باشد و نسبت به نابرابری‌ها، پیش‌داوری‌ها و بی‌عدالتی‌ها آگاه باشد و بداند که دیگران همیشه درست نمی‌گویند و خود باید در برابر اعمال و رفتار و گفتارش مسئول و پاسخگو باشد. از این رو، انتخاب و به‌کارگیری مهارت‌های زندگی اسلامی، پایه و مبنایی است که با آموزش آنها، نظم نوین فکری، شناختی و فراشناختی در دانش‌آموزان حاصل می‌شود و آنان می‌توانند در ورود به خودآگاهی، مدیریت استرس و هیجانات، تصمیم‌گیری، تفکر خلاق و همدلی؛ تعامل مثبتی با خود و همسالان خویش داشته باشند و دامنه وسیعی از تفکرات و رفتارهای مفید و تنظیم‌شده را از خود نشان دهند. همچنین دانش‌آموزانی که با مهارت خودتنظیمی به خودشناسی بیشتری می‌رسند و به جنبه‌های مثبت و منفی شخصیت خود آگاه می‌شوند و مسئولیت رشد فردی خود را به دست می‌گیرند به اهمیت و شکل‌گیری هویت خود آگاه می‌شوند و با تکیه بر نقاط قوت، نقاط ضعف را با مهارت نظم‌جویی شناختی هیجان (توانایی فراشناختی) تقویت می‌نمایند که این نتیجه با نتایج پژوهش گرشاسبی و همکاران همسو است (۳۴).

با امعان نظر به مطالب ارائه شده، همان‌طور که یوسفی افراکتی و صمدی (۳۳) نیز ادعان نموده‌اند، آموزش آداب و مهارت‌های زندگی اسلامی باید به‌صورت مستمر ادامه یابد و در این زمینه، ابتدا باید شرایط پذیرش دو سویه بین معلم و دانش‌آموزان و بسترهای مناسب فراهم شود (۳۵). کرونین<sup>۱</sup> معتقد است برای آموزش مهارت‌های زندگی باید از متخصصان مجرب استفاده کرد و پس از دوران مدرسه هم این آموزش‌ها ادامه یابد (۳۶). بنابراین داشتن جامعه‌ای مطلوب و ایده‌آل منوط به داشتن انسان‌های خوب و شایسته است و این در تعلیم و تربیت اسلامی صحیح ریشه دارد و باید این را پذیرفت که هرگاه تربیت از عناصر روحی و اخلاقی عاری باشد، ناقص و بی‌نتیجه خواهد بود و عواقب این‌گونه تربیت عاید اجتماع می‌شود و آن را تباه می‌سازد.

### محدودیت‌های پژوهش

در تبیین اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی اسلامی می‌توان گفت که این آموزش بیشترین تأثیر را به‌ترتیب بر هویت تعهدانه، هنجاری، اجتنابی و اطلاعاتی دارد و می‌تواند منشأ تغییراتی از جمله تغییر در نگرش‌ها و باورها باشد و این امر موجب افزایش سازگاری و پذیرش اجتماعی دانش‌آموزان می‌شود. چون افزایش تعهد در دانش‌آموزان می‌تواند میزان انگیزه پیشرفت و احساس هدفمندی در آنان را افزایش دهد و نیز می‌تواند همچون چارچوب مرجع در محدوده رفتار، کنترل و ارزیابی عمل کند. علاوه‌براین، بهبود سبک هویت هنجاری می‌تواند دانش‌آموزان را در رویارویی با موضوعات و تصمیم‌گیری‌ها، انتظارات و دستوره‌های افراد گروه‌های مرجع بهتر هدایت کند. از طرفی باید توجه بیشتری به هویت اجتنابی شود؛ چون دانش‌آموزان در این سبک تعلل زیادی دارند و اگر این تعلل طولانی‌مدت باشد تقاضای موقعیتی و محیطی موجب واکنش‌های رفتاری در آنها می‌شود و در تصمیم‌گیری‌ها دچار مشکل می‌شوند و رسیدگی به هویت اطلاعاتی می‌تواند خودپنداره‌های خود، نگرش انتقادی و بازنگری و تجدیدنظرها را تقویت نماید که این یافته با نتیجه پژوهش برزونسکی همسو است (۷، ۸). بنابراین، پرورش و تقویت هویت دانش‌آموزان با شناسایی عوامل تأثیرگذار و آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد اسلامی حائز اهمیت است. همچنین آموزش آداب و مهارت‌های زندگی اسلامی اثری مثبت و معنادار بر رشد اخلاقی دانش‌آموزان دارد. همسو با این نتیجه، رضازاده ترکیب ویژگی‌های انگیزشی، شناختی، عاطفی، مذهبی، اجتماعی و فرهنگی دانش‌آموزان را در رشد اخلاقی مبتنی بر تربیت دینی مهم می‌داند (۳۰). زادشیر و همکاران بر شیوه‌های جدید آموزش و پرورش قرآن‌محور در افزایش رشد اخلاقی دانش‌آموزان تأکید نموده‌اند (۳۱). مطالعات ابراهیمی ثانی و همکاران نیز آموزش مهارت‌های زندگی را در افزایش عزت نفس و اخلاق جوانان مؤثر می‌داند (۳۲). از طرفی توکل‌زاده در پژوهش خود بیان نموده که آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی به‌تنهایی بر سلامت روانی و رشد اخلاقی دانش‌آموزان تأثیری ندارد و معتقد است که باید عواملی همچون ابزار سنجش سلامت روانی، روش آموزش، مدت برنامه آموزشی، فرصت تمرین و کاربرد راهبردها در نظر گرفته شود (۳۳) که با نتایج این پژوهش همسو نیست. از این رو، آموزش مهارت‌های زندگی اسلامی می‌تواند منشأ تغییراتی از جمله تغییر در نگرش‌ها و باورها باشد و این خود موجب افزایش سازگاری و پذیرش اجتماعی و

<sup>۱</sup> Cronin

### ملاحظات اخلاقی

کمیته اخلاق در پژوهش‌های زیست پزشکی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی-درمانی شهید بهشتی این پژوهش را تأیید کرده است.

### حامی مالی

بنا بر اظهار مؤلفان مقاله، پژوهش حاضر حامی مالی ندارد.

### تضاد منافع

مؤلفان مقاله هیچ‌گونه تضاد منافی درباره این پژوهش گزارش نکرده‌اند.

### مشارکت مؤلفان

نگارش مقدمه، بیان مسئله و تنظیم مقاله: مؤلف اول؛ نگارش روش‌شناسی پژوهش و مشارکت در تحلیل آماری: مؤلف دوم؛ و نگارش بحث و نتیجه‌گیری و مشارکت در تحلیل آماری: مؤلفان سوم، چهارم، پنجم و ششم.

### References

1. Farhadi Z, Roshanaei G, Bashirian S, Rezapur-Shahkolai F. The effect of an educational program on school injury prevention in junior high school students of Famenin based on the health belief model. *J Educ Community Health*. 2014;1(3):1-11. (Full Text in Persian)
2. Khalilian Z, Aflakifard H. The effect of life skills training on efficacy and increasing happiness female students second period. *International Journal of Education and Management Studies*. 2017;7(1):23. (Full Text in Persian)
3. Karimi F, Fekri S. A study of life skills assessment among first grade high school students: Tbriz Branch, Islamic Azad University; 2013.73-85. (Full Text in Persian)
4. Daneshghar S, Jafari SA, Liaghatdar MJ. Asibpaziri-ye Tarbiyat-e Dini va Zaminehaye Amoozeshghahi an. *Danesh va Pajuhesh dar Oloom Tarbiati*. 2004;1(3):33-52. (Full Text in Persian)
5. Pintrich PR, De Groot EV. Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance. *Journal of educational psychology*.

از جمله محدودیت‌های این پژوهش نبود آزمون مداوم بود که در نتیجه آثار کوتاه‌مدت مداخلات را نشان می‌دهد و آثار بلندمدت آن نیاز به پیگیری چندماهه دارد تا ماندگاری اثر آموزش بر متغیرهای پژوهش مشخص شود. همچنین آموزش مهارت زندگی به دلیل مشکلات روند اجرای پژوهش فقط مربوط به دانش‌آموزان پسر بود که ممکن است تعمیم‌دهی نتایج به دختران را با مشکل مواجه کند. از طرفی، امکان همسان‌سازی آزمودنی‌ها در تمام متغیرهای جمعیت‌شناختی از جمله متغیرهای اقتصادی، اجتماعی، سطح درآمد و میزان دسترسی به آموزش‌ها و برنامه‌های فوق درسی نبود که تمام این موارد میزان اطمینان به تعمیم‌پذیری نتایج را با مشکل مواجه می‌کند.

### پیشنهاد‌های پژوهش

به‌طور کلی، در مطالعات درباره مداخله‌گرهای تأثیرگذار، همان‌طور که ارجمند و همکاران نیز مطرح نموده‌اند (۲۳)، گرایش بیشتر بر مهارت‌های زندگی مورد نظر فرهنگ غربی بوده و به مهارت‌های زندگی متناسب با فرهنگ ایرانی-اسلامی کم‌اعتنایی شده است و جامعه ما با توجه به فرهنگ اسلامی و آموزه‌های دینی به آموزش آن دسته از آداب و مهارت‌هایی نیاز دارد که از یک سو دانش‌آموزان را در مسیر زندگی دینی و متعادل برای زیست این جهان یاری دهد و از سوی دیگر افراد را برای مقابله با چالش‌های زندگی روزمره آشنا کند تا افراد از زندگی شاد و موفقیت‌آمیز برخوردار باشند؛ چون امروزه به دلیل تغییرات در شیوه زندگی، تهاجم فرهنگ غربی و بروز چالش‌های جدید، بسیاری از افراد فاقد دانایی و توانایی در عمل به آداب زندگی بر اساس دین اسلام و هنجارهای جامعه هستند و نبود مهارت‌های لازم در برخورد با چالش‌های زندگی روزمره، دانش‌آموزان را با مشکلات زیادی مواجه و آنان را آسیب‌پذیر نموده است. در عین حال، باید توجه داشت که این موضوع دارای ساختار پیچیده و درهم‌تنیده‌ای است و برای ارتقای برنامه‌ها و بررسی تمام جوانب نیازمند پژوهش‌ها و مطالعاتی در سطح بالا است.

### قدردانی

پژوهشگران بر خود لازم می‌دانند از همه افرادی که در این پژوهش یاریگرشان بوده‌اند، اعم از دانش‌آموزان و مسئولان محترم دبیرستان شهید مطهری، تشکر و قدردانی کنند.

- 1990;82(1):33.
6. Ahmadian R, Fathi Azar S, Mirnasab MM. Effectiveness of Self-Regulation Training on Improvement of Math Performance in Students with Mathematics Disorder. *Journal of Exceptional Education*. 2017;4(147):9-18. (Full Text in Persian)
  7. Berzonsky MD. Identity style: Conceptualization and measurement. *Journal of adolescent research*. 1989;4(3):268-82.
  8. Berzonsky MD. Identity style and well-being: Does commitment matter? *Identity*. 2003;3(2):131-42.
  9. Ghasempour F, Azimi M, Sanagoo A, Mobasseri AA. Investigation of relationship between identity styles and achievement motivation in high school students in the city of Sari. *Pajouhan Scientific Journal*. 2018;16(2):46-52. (Full Text in Persian)
  10. Zarrin A, Abdi S, Paixão MP, Panahandeh A. Predicting of Academic Performance by Identity Styles and Self-efficacy Beliefs (Personal and Collective) in Iranian High School Students. *World Scientific News*. 2017;61(2):186-91.
  11. Berzonsky MD, Kuk LS. Identity status, identity processing style, and the transition to university. *Journal of adolescent research*. 2000;15(1):81-98.
  12. Berzonsky MD, Cieciuch J, Duriez B, Soenens B. The how and what of identity formation: Associations between identity styles and value orientations. *Personality and Individual Differences*. 2011;50(2):295-9.
  13. The Holy Quran.Sura Al-Asra.Verse 36.Translated by:Fooladvand,M.M. Tehran: Office of Historical Studies and Islamic Studies;2011.
  14. The Holy Quran.Sura Al-Ghaf.Verse 18.Translated by:Fooladvand,M.M. Tehran: Office of Historical Studies and Islamic Studies;2011.
  15. Yousefi R, Samadi P. Success Mount of Training Rules and Skills of Islamic Life (Dignity Project) For Obtaining Skill Ability in Solving Problems Students. *Curriculum Planning Knowledge & Research in Educational Sciences* 2017;25(52):141-53. (Full Text in Persian)
  16. Owhadi M, Mazāheri H. Validating the curriculum guide to “life skills and manners” education curriculum. *Educational Innovations*. 2012;11(4):165-86. (Full Text in Persian)
  17. Irannezhad S. Effectiveness of life-skills training on the mental health of 2nd grade female High School students in Bam-Iran. *Bali Medical Journal*. 2017;6(3):583.
  18. Okech DO. Implications of life skills education on character development in children: A case of hill school. *Baraton Interdisciplinary Research Journal*. 2015;5(1):173-81.
  19. Schurer S. Does education strengthen the life skills of adolescents? *IZA World of Labor*. 2017;366:1-11.
  20. Dana A, Nili Ahmadabadi MR, Amir Teimoori MH. Parallel Analysis: A Method of Determining the Number of Factors. *Educational Measurement*. 2015;4(15):79-106. (Full Text in Persian)
  21. Bennion LD, Adams GR. A revision of the extended version of the objective measure of ego identity status: An identity instrument for use with late adolescents. *Journal of adolescent research*. 1986;1(2):183-97.
  22. Ghazanfari A. Etebaryabi va Hanjaryabi-ye Porseshname-ye Sabk-e Hoviat (ISI-6G). *Motaleat Tarbiati va Ravanshenasi*. 2004;5(1):81-94. (Full Text in Persian)
  23. Rest JR, Narvaez D, Thoma SJ, Bebeau MJ. DIT2: Devising and testing a revised instrument of moral judgment. *Journal of educational psychology*. 1999;91(4):644.
  24. Davison ML, Robbins S. The reliability and validity of objective indices of moral development. *Applied Psychological Measurement*. 1978;2(3):391-403.
  25. Ghyasizadeh M. Relationship between mental health and academic performance with moral judgment development in female secondary school students. *Woman And Culture*. 2012;3(10):111-22. (Full Text in Persian)
  26. Hartati MAS, Gusaptono H. The role of life skills training on self-efficacy, self-esteem, life interest, and role behavior for unemployed youth. *Global Journal of Management and Business Research*. 2010;10(1):132-9. (Full Text in Persian)
  27. Mirdrikvand F, Ghadampour E, Kavarizadeh M. The Effect of Life Skills Training on Psychological Capital and Adaptability of Adolescent Girls with Irresponsible Parents. *Quarterly Journal of Social Work*. 2016;5(3):23-30. (Full Text in Persian)
  28. Daniela P. The relationship between self-regulation, motivation and performance at secondary school students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2015;191:2549-53.
  29. Alizadeh E. A Comparative Study of the Impact of Educational Spaces on Students' Ethical Growth. *Scientific Journal of Educational Researches*. 2005;1(2):1-15. (Full Text in Persian)
  30. Reza Zadeh S. Barresi-ye Roshde Akhlaghi-ye DaneshAmoozan ba Estefadeh az Amoozehaye Dini va Mazhabi. *Avalin Hamayesh-e Elmi va Pajuheshi-ye Oloom-e Tarbiati va Ravanshenasi Asibhaye Ejtemaei va Farhangi-ye Iran*; Tehran: Markaz Motaleat va Tahghihat Eslami Soroosh; 2014. (Full Text in Persian)

31. Zadshir F, Stoki M, Emamipour S. Comparison of students moral judgment and social development in student: Inveniing the role of teaching the holy Quran by memorization in independent schools in Tehran. *Journal of Applied Psychology* 2009;3(2):25-47. (Full Text in Persian)
32. Ebrahimi Saani E, Ebrahimi Saani N, Ebrahimi Saani N. The effects of life skills training on students' self-esteem and public health. *AppliedResearchBureau of the police force of northern khorasan*. 2014;1(4):7-20. (Full Text in Persian)
33. Tavakolizadeh J, Ebrahimi Ghavam S, Farrokhi N, Golzari M. A study on the efficacy of teaching self-regulated learning strategies on mental health in boys studying in second grade of junior-high school in Mashhad. *Journal of Fundamental Of Mental Health* 2011;13(3):250-9. (Full Text in Persian)
34. Garshasbi A, Taghizadeh A. The Effect of Self-Regulation Skills Training on Academic Achievement Motivation and Academic Performance of Nursing Students in English lesson. *Research in Medical Education*. 2018;10(1):1-9. (Full Text in Persian)
35. Yousefi Afraketi R, Samadi P. Success a Mount of Training Rules and Skills of Islamic Life (Dignity Project) For Obtaining Skill Ability in Solving Problems Students. *Research In Curriculum Planning*. 2017;13(2):141-53. (Full Text in Persian)
36. Cronin ME. Life skills curricula for students with learning disabilities: A review of the literature. *Journal of learning disabilities*. 1996;29(1):53-68.